

●地域子育て支援センターからの発信

地域子育て支援センターでは、地域全体で子育てを支援する基盤づくりを図るため、子育て家庭に対して育児相談などさまざまな情報提供や支援を行っています。現在、全国で約2,100か所あります。

相談内容には

基本的な生活習慣（食事、授乳、離乳・離乳食、睡眠、排泄など）

発育・発達（身体の発達、言葉、気になる行動など）

育児方法（子どもとの接し方、しつけなど）などがあります。

子育て支援の紹介など、子育てに関する情報提供も行っています。

- ・ 少ししか食べない
 - ・ 食べ方にむらがある
 - ・ 離乳食の作り方がわからない
 - ・ 食事やおやつ量がわからない
 - ・ スプーンから箸に移行する時期がわからない
- など、食に関する相談内容もさまざまです。

「食」に関する取組も工夫して進められています。

★子育てに役立つ「食」に関する情報の提供

「離乳食の作り方」や「手作りおやつと市販おやつの選び方」など、子育てに役立つ「食」に関する情報が提供されています。

★「一緒に作って、みんなで一緒に食べる」楽しさの提供

親子いっしょに食事づくりをする「親子で料理」を開催して、みんなで食事をしながら交流を深めたり、「お父さんといっしょ」ということで、父の日に、料理の得意なお父さんを講師に調理実習を行い、みんなで食事をするなかで、父親の子育て参加の大切さや子育てに関する情報交換を図るといった取組もみられます。

★電話で気軽に相談できる機会の提供

「食事ホットライン」ということで、毎週、曜日と時間帯を決めて、食事に関する相談を電話で受け付けているところもあります。

●児童館、放課後児童クラブからの発信

児童館は、健全な遊びを通して子どもの健康増進や豊かな心を育むことをねらいとした施設で、地域における子どもの健全育成の拠点となっています。現在、全国で約4,600カ所あります。

また、放課後児童クラブは、保護者が仕事等で昼間家庭にいない子どもに対して学校の授業を終了した後に適切な遊びや生活の場を通して子どもの健全育成を図ることをねらいとしたもので、現在、全国で約13,700カ所あります。

子どもが、親子でふれあい、さまざまな人と出会い、交流することは、子どもが自分以外の人たちへの関心を深め、共感の能力を高め、地域の仲間づくりなどを進める上で重要なことです。このため、児童館では子どもの健全育成をねらいとしたさまざまな活動が進められています。平成15年度からは、中・高校生等が乳幼児と出会い・ふれあい・交流する機会や親子のふれあいの機会を増やすために、新たに「児童ふれあい交流促進事業」がスタートしています。

「親と子の食事セミナー事業」
ってなあに？

「児童ふれあい交流促進事業」の1つです。食事の楽しさや家族団らんの大切さなどを学ぶため、食事に関する講習会(食事セミナーなど)を行い、親子や親同士、子ども同士の交流を図ることをねらいとしています。

「食」に関するさまざまな取組が進められています。

★ さまざまな人・地域との交流の促進

- ・ 親と子、親同士の交流を深める「親子クッキング」
- ・ 調理のプロのお父さんに習う「親子料理」交流会
- ・ 郷土食や地域産物を活用した、地域の食文化にふれる「わくわくクッキング」
- ・ 地域老人クラブのお年寄りから「食」に関する知恵を学ぶ「わいわいクッキング」

★ 見て、作って、実践してみる活動

- ・ 子どもが自分で作ってみる「おいしい夏休み(子どもたちの食事づくり)」
- ・ 近くの畑を探検したり、食べ物や身体に関する話題やクイズ、エコクッキングなどを盛り込んだ「食育探検隊」
- ・ 自分にぴったりあったおやつを選ぶ「おやつ探検」

★ 遊びを通しての活動

- ・ 「遊びながら食を学ぶ すくすくカルタ」の活用
- ・ 「食」をテーマにした絵本の読み聞かせ、人形劇の実施

児童館で「食」に関わって育った子どもが、講師になって登場することも。

●学校からの発信

一考えよう！子どもたちの食を学校と家庭、そして地域で一

学 校

体育科 保健体育科
家庭科 技術・家庭科
社会科 理科

☆ 教科の中で
教科のねらいと関連付けて指導できるもの、工夫次第で教材として活用できるものがあります。

☆ 特別活動の学級活動の中で

指導する内容として、給食時間では指導しにくい内容、子どもたちが話し合って解決する必要がある内容、まとまった時間をあてて指導する内容などがあります。

☆ 給食時間の中で

学校給食は年間 180 回程度実施されています。この中で意図的、計画的にくり返し具体的な指導ができます。あとは、家庭での食事がほとんどです。したがって、望ましい食習慣の体得には、家庭の協力が不可欠です。

☆ 保健指導の中で

全体、個別の健康問題に対して、健康な生活が実践できるような食生活のあり方を指導します。

☆ 総合的な学習の時間の中で
食は、身近な生活の中で見つけやすい課題であり、多くの教科を総合する性格があります。地域には、さまざまな食に関する専門家がいますので、地域と一体となった学習が実施できます。

☆ 学校行事の中で

集団への所属感を深め、望ましい態度や協力する心が育ちます。
給食指導を総合的に発展させることができます。
内容としては、健康診断や給食に関する意識を高めるなどの健康に関する行事、運動会など体育的な行事等があります。

家 庭

地 域

家庭・地域との連携をめざして

食に関する指導は学校給食を核にして実施されますが、給食の回数は年間約180回であり、食事全体の約1/6しかありません。したがって、家庭での食事が大切になります。学校で学習したことを家庭で実践したり、児童生徒からの食の情報や食卓での話題にするなど、正しい食習慣や食生活を家庭に啓発し、家庭との連携・協力体制を築くことが、食に関する指導の充実には欠かせません。

また、総合的な学習の時間に代表されるように、これからの教育活動は地域との連携無くして成立しません。もちろん、食に関する指導の時間も同様です。

地域には、保健所などの関係機関がありますし、食に関する専門家もたくさんいます。教材に関しても、それぞれの地域の環境に適応した生産物や郷土食があり、今でも地域の産業となっている生産物があります。多くの学校給食では、献立に郷土食を、食材に地場産物を取り入れていますので、給食を通しての地域との結びつきも深いものがあるのです。

食に関する指導における家庭や地域との連携を図る活動としては、次のようなものが考えられます。

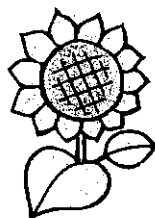
家庭や地域との連携を図る活動例

1 学校 → 家庭 (学校から家庭へ)



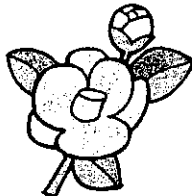
- 給食だより・保健だより
- 給食試食会・親子料理教室
- 食に関する指導実践などの情報提供
- 栄養個別指導

2 家庭 → 学校 (家庭から学校へ)



- 体験活動を始めとする学習への協力
- 学校保健委員会・学校給食委員会への参加
- 食のアンケート調査への協力
- 給食試食会・親子料理教室への参加

3 学校 → 地域 (学校から地域へ)



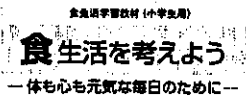
- 食に関する講演会の実施
- 地域主催の「健康フェスタ」等の行事への参加
- 地域学校保健委員会等への協力
- 地域との「交流給食」

4 地域 → 学校 (地域から学校へ)

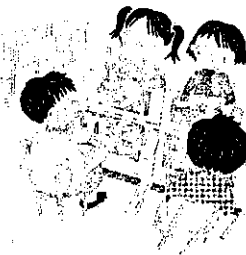


- 食に関する講演会への参加
- 地域主催の「健康フェスタ」等の行事への参加依頼
- PTA主催の「親子クッキングコンテスト」の実施
- 保健所を中心とした食のネットワーク作り

資料：文部科学省「学校教育活動全体で取り組む 食に関する指導」



学校における指導



1 教科・特別活動等における教育指導

「体の健康」、「心の育成」、「社会性の涵養」、「自己管理能力の育成」を目標として、年間指導計画を立てて指導を行う。

(1) 給食指導

学校給食の献立を「生きた教材」として活用することで、子どもには理解しやすいものとなる。また、給食は学校と家庭、学校と地域を結ぶ手立てとなる。

- 毎日の5分間指導
「主食・主菜・副菜について」「地域の産物と郷土料理について」「食品の知識」等
- セレクト給食、バイキング給食の実施を通しての指導
「食事のバランス」「適正な食事の量」「自分にあった食事」等
- 異学年との交流給食や地域の方やお年寄りを招く招待給食
「共に食事をする楽しさ」「食事のマナー」

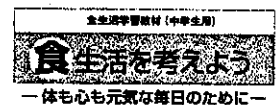
(2) 特別活動（学級指導等）における指導

子どもの食の実態を踏まえて食生活学習教材（文部科学省）等を活用し指導することが効果的である。

- 「朝食はなぜ必要か・どのようにとればよいか」
- 「野菜の役割」「おやつのととり方」
- 「成長曲線と発育の特徴」「スポーツのための効果的な食事」

(3) 総合的な学習の時間や教科等における指導

総合的な学習の時間に「食」を学習課題に位置づけて指導することが効果的である。



2 個別的な指導

- (1) 好き嫌いの多い子どもへの指導
- (2) 「肥満」「やせ」の傾向を持つ子どもへの指導
- (3) 特別な疾病を持っている子どもへの指導

高脂血症、食物アレルギー、インシュリン依存型、糖尿病等

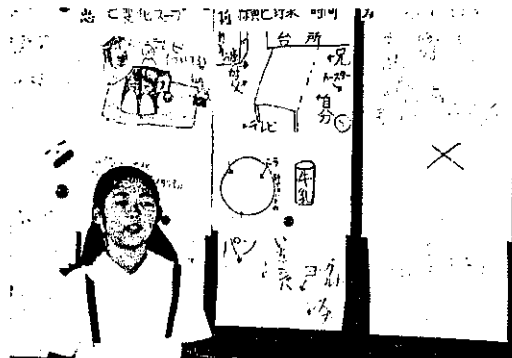


家庭から学校へ支援

- ・ 試食会・食フォーラムへの参加
- ・ 「我が家の料理コンテスト」「朝食コンクール」等への応募。
- ・ 「給食だより」や「献立表」の献立を参考にした家庭での料理づくり
- ・ 「料理教室」や「授業参加」における集団での料理づくりへの参加

具体的な指導例

学校と家庭や地域との連携



1 家庭の理解を深める活動

- (1) 給食試食会や親子料理教室を開催し、成長期に望ましい食事や生活習慣病を予防する食事等について給食の献立等を通して啓発
- (2) 朝食キャンペーンを夏・冬休み期間に実施
- (3) 給食だよりの配布、食に関する講習会の開催
- (4) 学校保健委員会における子どもの食の問題点に関する協議

2 地域へ広げる活動

- (1) 総合的な学習の時間等に地域で活動する。
- (2) 子どもが地域の商店で調べた食材を使って作成したレシピ集やポスターを配布。
- (3) 地域で生産される「ふるさと食材」調べ
- (4) 給食に地域の産物を活用したり、郷土料理や行事食を取り入れたりする。



地域から子どもを支援

- ① 地域の産物を給食へ供給する。
- ② 地域の住民が「ふるさと先生」として授業したり、招待給食会に参加したりする。
- ③ 地域保健センターが貧血検査等を行い、学校での個別指導に役立てる。

作成：愛知県教育委員会

学校における具体的

自己を見つめ、地域にはたらきかける

—「食」を通して
豊かな心と身体をはぐくむ—

特徴的な体験活動



・1年生<大豆 だいすき>

・2年生<やさい だいすき>

・3年生<長生きの秘密をさぐろう>



4年生<私たちの食べ物大切大作戦>

食べ物から出るゴミの多さに気づき、生ゴミリサイクル・無駄なしメニューなどの「ゴミ減らし作戦」を考え、他学年や家庭にも広めていく。

5年生<人にやさしい食材みつけ>

有機農法による米作りについてふる里先生に教えていただき、米作りを体験する。そして、ご飯食の大切さを知る。

6年生<食事の向こうに見える世界>

自分の朝食を見直し、理想の朝食を考えたり作ったりする活動を通して、朝食の大切さを家族や地域に知らせる。



保護者・地域の連携

以下のような手立てを通して家庭や地域との連携を図った。

- ① 食のアンケートや朝食調理の実施
- ② 食事の実態調査と事後の個別栄養相談の実施
- ③ 家庭や地域を巻き込んだ食の集会と学校保健委員会の実施
- ④ 寺津の地域を見直すカルチャーウォークでの食のポイントの設置
- ⑤ 保護者を対象にした料理教室の開催
- ⑥ 広報誌「食のまめ知識」・給食だよりの家庭や地域への配布



活動実践事例

愛知県西尾市立寺津小学校
 児童数 412名
 教職員数 23名

学校の紹介

愛知県西尾市の南西部に位置し、矢作川の河口近くにある、市内で唯一海に面した学校である。校区は三世代同居の家庭が多く、市内でも長寿の方が多い地区である。校区は、2保育園・1小学校・1中学校となっており、保・小・中の連携が密で、寺津っ子の育成に効果をあげている。

ふる里先生とともに、寺津の子に不足しがちである大豆を育て、収穫した大豆を使って豆腐などを作る活動を通して、大豆や大豆製品を進んで食べようとする気持ちを育てる。

夏野菜と冬野菜を育てる活動を通して、作った人に感謝し、好き嫌いなく食べようとする気持ちを育てる。また、「野菜パクパク集会」で野菜の大切さを発信する。

交流を深めてきた地域のお年寄りを招待して、西尾の特産物である抹茶を使った「いきいき茶会」を行う。また、寺津の特産物である海苔についてふる里先生に教えていただき海苔作りを体験する。さらに、「いきいきメニュー」(長生きする食)の食材の一つとして、お茶と海苔を広める活動をする。



わたしたちは、お年寄りから「大豆」の大切さを学びました。毎日大豆を食べて、健康な生活を送りたいです。大豆は、体にいいので、毎日食べてほしいです。大豆は、体にいいので、毎日食べてほしいです。大豆は、体にいいので、毎日食べてほしいです。



成果と今後の進め方

子どもや保護者が食に高い関心をもつようになった。食の集会への参加を通して、他学年の発信を見聞きして、食に関する意識と実践力が高まった。学習を進める中で、家庭や地域に貢献しようとする姿も見られた。先日のアンケートで90%の子供が「給食は楽しい」と答えた。引き続き家庭の理解や協力を得て、地域にはたらきかける子どもの育成を考えたい。

招待給食等、学校給食の取り組み

給食指導を充実させるため次のように実施した。

- ① 学校栄養職員によるタイムリーな栄養指導教科内容と関連させた献立作り
- ② 浜っ子統合学習と関連させた大豆メニュー作り給食委員による「今日の献立」の放送
- ③ 食に関する知識を身につけ、食への関心をより高めるために、下記の給食を実施した。

- * さわやかランチ・にこにこランチ (交流給食)
学級作りやペア学級の交流をねらいとして野外給食を楽しむ。
- * いきいきランチ (招待給食)
お年寄りを招待し「長寿のみみつ」で学習したメニューを取り入れて会食をする。
- * サンクスランチ (招待給食)
お世話になった方を招待して地域の人との交流を深める。
- * パースデーランチ (行事給食)
誕生日の子に校長をはじめ学校職員が祝う。



資料：平成13年度「子どもの食の体験活動実践事例集」より愛知県教育委員会作成